皮蛋瘦肉粥 /更多做法

粥

准备时间：30分钟-1小时　制作时间：10-20分钟　用餐人数：3-4人

简介

尚食之文　原创于2012-05-22　未经允许，不得转载!

一碗皮蛋瘦肉粥，总是我到粥店时的不二之选。香浓软滑，饱腹暖心，皮蛋的Q弹与瘦肉的滑嫩伴着粥香溢于满口，让人喝这样的一碗粥也觉得心满意足。适合的男人，也应该恰如此粥，温和细腻，让人暖暖，于岁月里时常相伴亦不会心生厌倦.....(收起)

食材

主料			
大米	150g	皮蛋	2个
猪瘦肉	90g		
辅料			
盐	适量	鸡精	1/2勺
料酒	1/2勺	淀粉	1/2勺
香油	1小勺	水	适量

步骤

1. 将大米放入大碗中，加水揉搓后，洗净，放入水中浸泡30分钟。

2. 将泡过的大米再度洗净，沥去水后倒入锅中，加入水适量，水量约为平时煮饭时的2倍。盖上锅盖，按下开关开始煮。

3. 瘦肉浸泡出血水后，再冲洗干净，切成肉丝，放入盐适量、鸡精1/4勺、料酒、淀粉，抓拌均匀后腌制10分钟。

4. 皮蛋剥皮，切成小丁。

5. 粥煮开后锅盖挪开一些留出缝隙避免扑锅，煮至10分钟左右粥水渐浓后拿开锅盖不时用勺搅动。

6. 另用一口煮锅，倒入少量水，煮开后将肉丝下入，用筷子拨散，煮至全部颜色变浅。

7. 捞出后用温水冲洗去浮沫，沥去水。

8、粥煮得米完全熟透粥水也比较稠后放入肉丝、皮蛋，盐适量、鸡精1/4勺、再煮1分钟左右，用勺子不断搅动，放入香油，搅匀后盛出即可。

小贴士

、 瘦肉事先用调料腌制一下有了咸鲜味，最后和粥再煮后吃起来口感较好。

2、 煮时根据自己家所用的是电饭锅还是煮锅可以自行调整煮制时间，煮到粥水渐...(展开)